



PREFEITURA DE PARÁ DE MINAS

PREFEITURA MUNICIPAL DE PARÁ DE MINAS SECRETARIA MUNICIPAL DE SAÚDE

Avenida Orlando Maurício dos Santos n 222 3º andar Bairro Senador Valadares
Pará de Minas/ MG – CEP:35661-034 / Telefone: (37) 3233-5800 Fax: (37) 3233-5829

Pará de Minas, 13 de abril de 2020

Nota Informativa nº 15/2020

Responsáveis: Wagner Magesty Silveira – Secretário Municipal de Saúde e Comissão Técnica de Enfrentamento a COVID-19.

Assunto: Uso de máscaras por todos - "Eu protejo você e você me protege".
Orientações para fabricação de máscaras de tecido.

Considerando a Nota Informativa nº 03 de 2020 do Ministério da Saúde e a Lei nº 13.969, de 06 de fevereiro de 2020, que estabelecem medidas de prevenção, cautela e redução de riscos de transmissão para o enfrentamento da COVID-19.

O Ministério da Saúde recomenda que as máscaras cirúrgicas e N95/PFF2 sejam priorizadas para os profissionais de saúde, considerando que os serviços de saúde são os locais com maior potencial de concentração de vírus e que a manutenção de suas atividades precisa ser garantida, mediante ações que visem a proteção de profissionais e pacientes.

Pesquisas têm apontado que a utilização de máscaras caseiras impede a disseminação de gotículas expelidas do nariz ou da boca do usuário no ambiente, garantindo uma barreira física que vem auxiliando na mudança de comportamento da população e diminuição de casos.

Os tecidos recomendados para utilização, como máscara, são, em ordem decrescente de capacidade de filtragem de partículas virais:

- Tecido de saco de aspirador;
- Cotton (composto de poliéster 55% e algodão 45%);
- Tecido de algodão (como camisetas 100% algodão);
- Fronhas de tecido antimicrobiano.

O importante é que a máscara seja feita nas medidas corretas, cobrindo totalmente a boca e o nariz e que esteja bem ajustada ao rosto, sem deixar espaços nas laterais.

Pessoas com quadro de síndrome gripal, que estiverem em isolamento domiciliar, devem continuar usando, preferencialmente, máscaras cirúrgicas. O mesmo vale para o cuidador mais próximo desta pessoa, quando estiver no mesmo ambiente da casa.

1. Como fazer uma máscara de tecido:

- Separe o tecido que tenha disponível (tecido de algodão, tricoline, cotton ou outros têxteis);
- Faça um molde em papel, de forma que, o tamanho da máscara permita cobrir a boca e o nariz (21x18 cm);
- Faça a máscara usando duplo tecido, e se possível coloque uma camada de TNT, no mesmo molde (21x18 cm), entre os pedaços do tecido;
- Costure as extremidades fazendo 3 dobras, nos dois lados;
- Prenda e costure na extremidade da máscara um elástico, ou amarras.

Você poderá assistir ao vídeo através do link: <https://www.youtube.com/watch?v=FJxNsQ1-ZGM>

2. Como fazer uma máscara caseira usando uma camisa:



- Corte a camisa, dos dois lados, usando como base as marcações indicadas na figura;
- Faça um ponto de segurança na parte inferior (para segurar as duas partes), conforme alfinete na figura;
- Insira um papel toalha entre as camadas;
- Amarre a alça superior ao redor do pescoço, passando por cima das orelhas;
- Amarre a alça inferior na direção do topo da cabeça.

Você também pode fazer uma máscara com filtro, como indicado no link: <https://m.youtube.com/watch?feature=youtu.be&v=qNLne8CE8xM>

3. Como utilizar:

- O uso da máscara caseira é **individual**, não devendo ser compartilhada entre familiares, amigos e outros;
- Coloque a máscara com cuidado para cobrir a boca e o nariz, e amarre com segurança para minimizar os espaços entre o rosto e a máscara;
- Enquanto estiver utilizando a máscara, evite tocá-la. Não fique ajustando a máscara, especialmente se estiver na rua;
- Ao chegar em casa, lave as mãos com água e sabão, secando-as bem, antes de retirar a máscara do rosto;
- Remova a máscara pegando pelo laço ou nó da parte traseira ou ainda pelo elástico, nunca toque a parte da frente.

4. Como higienizar:

- Faça a imersão da máscara em um recipiente com água potável e água sanitária (2,0 a 2,5%) por 30 minutos;
- A proporção da diluição da solução é de 1 parte de água sanitária para 50 partes de água (Por exemplo: 10 ml de água sanitária para 500ml de água potável);
- Após o tempo de imersão, realize o enxágue em água corrente e lave com água e sabão.;
- A máscara deve estar seca para sua reutilização;

- Após secagem da máscara utilize o ferro quente e acondicione em saco plástico limpo;
- Troque a máscara sempre que apresentar sujidades ou umidade;
- Aos sinais de desgaste, a máscara deve ser inutilizada.

Você deverá utilizá-la sempre que precisar sair de casa e nunca esquecer da distância mínima de segurança, 2 metros, e de lavar frequentemente as mãos com água e sabão, e quando, na impossibilidade deste utilizar o álcool a 70%, para higienização. Importante ressaltar que neste momento o ideal é que você fique em casa!

As informações mais atualizadas sobre a pandemia estarão disponíveis nos links da Secretaria de Saúde (<https://www.saude.mg.gov.br/coronavirus>) e do (<http://coronavirus.saude.gov.br/>).

Referências:

- Lei 13.969 de 06 de fevereiro de 2020;
- BRASIL. Ministério da Saúde. Nota Informativa nº 03/2020-CGGAP/DESF/SAPS/MS. Acesso em 12/04/2020. Link de acesso: <https://www.saude.gov.br/images/pdf/2020/April/04/1586014047102-Nota-Informativa.pdf>



Wagner Magesty Silveira
Secretário Municipal de Saúde